

DING SHU GONG ou QI GONG DES ARBRES

Avec Denise TIXIER

SAMEDI 12 septembre 2020

9 H-16H



AU PARC DE LA TÊTE D'OR

« Shu » signifie arbre ; « Ding » s'appuyer contre ou toucher quelqu'un avec une certaine pression, mais « Ding » signifie aussi entrer en relation avec quelqu'un sans le regarder ni lui parler. « Gong » signifie travail, maîtrise.

Pratique ancestrale et courante en Chine, le Ding Shu Gong ou Qi Gong des arbres est un ensemble d'exercices pour le corps et pour l'esprit. Il s'agit de toucher un arbre, de s'appuyer contre, d'établir avec lui une relation au-delà des sens, de tirer de l'harmonie de son Qi des bienfaits pour l'âme et pour le corps.

Les arbres remarquables du Parc de la Tête d'Or se prêtent merveilleusement bien à cette pratique.

Nous tenterons aussi de les imiter dans diverses postures statiques « d'embrasser l'arbre » et ils nous inspireront lors des pratiques méditatives.

STAGE OUVERT A TOUS

Tarifs : 70 euros

Enseignante :

Denise Tixier , formée en Qi Gong par Maître Yang Yi Bin et à l'Institut Européen de Qi Gong fondé par Yves Réquena , diplômée de l'IEQG et de la Fédération des enseignants de Qi Gong et Arts Energétiques, certifiée par la Fédération EPMM Sport Pour Tous, diplômée d'acupuncture de l'Institut Shao Yang de Médecine Traditionnelle Chinoise. N° siret: 52808 18 13000 16

Renseignements et inscription : 06.62.12.24.70. denise.tixier@orange.fr